



# REPORT<sub>to</sub> PARENTS

RP 32:5

## Limiting Your Child's Online Access With Parental Controls

We all know that, as much as technology has opened new worlds to our children, it has also put them at risk of predators and of growing up too soon through exposure to things they shouldn't see at their ages. It's important for parents and caregivers to do all we can to help our children use technology safely and wisely. Here are some very important suggestions to put to work in your home:

**Be in control.** Parental controls are available for every make and model of computer and it's important to make sure they're in place. Use the "search" feature on your computer to locate where the parental controls feature is. Make sure you, with your own password, are the only one who can change the control settings. Each user of the family computer should be given access to the computer only through his or her own password. For each child, determine what type of content you want him or her to be able to see, and what you want blocked.

**Check with your provider.** Make sure to find out what services your Internet Service Provider (ISP) offers to help protect your children online. Many ISPs have invested heavily in ways to make sure that children can use the Internet safely.

**Be picky.** You can use parental controls to make sure your children visit only sites that are age-appropriate, or can make sure they can't download any files from the Web. You also can filter out content you don't want them to see, and prevent them from running certain programs.

**Watch the clock.** Parental controls often allow you to determine when, by hours of the day and days of the week, your children can access the Web, and when they will be blocked. This keeps kids from spending too much time on the computer and from getting on when no one's home to supervise.

**Sharing is bad.** Although it's important for you to always know

their passwords, do not let your older and younger children share passwords and do not divulge yours to them. If they sign on under your user name/password, they will not be protected through the parental controls you've set.

**Get extra protection.** Several excellent products go further than your computer's built-in parental controls and give you more confidence that your child's Web experiences will be safe. For those who are really concerned, a program such as the highly rated Web Watcher can track everything that happens on your child's or your family's computer, including who's using it, when, for how long, and on which sites.



**Check their history.** It's always a good idea to log onto the computer using your child's password and user name after your child has finished surfing the Web, whether it's for homework, to be on MySpace, or to play games. Log in as them, open the Internet browser, and then view the sites they've just visited by simply clicking the little down-

pointing arrow at the right hand side of the box where you type in a Web address. When you click on the down-arrow, all the recently visited sites will be displayed in a list. Check to see if there are sites that your child visited that he or she shouldn't have.

**Sneaky tricks.** Unfortunately, older children, who are most likely to want to visit "off limits" sites, are also able to learn how to delete their history of visited sites. Fortunately, you can use an empty history as a clue. Make sure your children know that they will be disciplined if you see that they have deleted their history (which is done by going to the "tools" menu and clicking on "Internet options" or "options" and choosing to "delete").

Remember, experts, including the American Academy of Pediatrics, recommend that children spend no more than two hours a day using a computer, especially when on the Internet. It's up to you to help them make sure that their spending that time wisely, and safely.

# INFORME a los PADRES

RP 32:5

## Cómo Controlar el Acceso de sus Niños a Internet Con Tecnologías de Control para Padres

Todos comprendemos que al mismo tiempo que la tecnología haya abierto el mundo a nuestros niños, también los expone al riesgo de los predadores y de crecer antes de tiempo, y a cosas que ellos no deben ver a sus edades. Por esta razón, es importante que los padres y asistentes hagan todo lo posible por ayudar a nuestros niños en usar la tecnología de una manera segura y prudente. Las siguientes son algunas sugerencias:

**Los controles.** Cada marca y modelo de computadora trae controles para padres y es importante asegurarse de que éstas funcionen. Para comenzar, haga una búsqueda en su computadora para ubicar los controles para padres. Asegúrese de que usted, con su clave de acceso, sea la única persona que pueda cambiar los controles. Cada usuario de la computadora familiar debe tener acceso con su propia clave de acceso y de esta manera, usted puede determinar el contenido que cada niño puede ver y lo que usted desea bloquear.

**Consulte a su proveedor de servicios de Internet.** Asegúrese de averiguar cuales servicios ofrece su Proveedor de Servicios Internet (ISP) para proteger a sus niños en línea. Muchos proveedores han invertido bastante para asegurarse de que los niños puedan usar Internet de una manera segura.

**Sea muy particular.** Usted puede usar los controles para padres para asegurarse de que sus niños visiten sitios que son apropiados para su edad, o para asegurarse de que no puedan descargar archivos de Internet. También puede filtrar cualquier contenido que no desea que ellos vean, y prevenir que utilicen ciertos programas.

**Controle el tiempo.** Los controles para padres le permiten determinar cuando, de acuerdo a la hora y día de la semana, sus niños pueden tener acceso a Internet y cuando estarán bloqueados. Esto sirve para asegurar que los niños no usen la computadora demasiado y que no puedan usarla cuando usted no esté en casa para supervisarlos.

**No compartir.** Aunque sea importante que usted siempre conozca las claves de acceso de cada uno de sus niños, no deje que sus niños mayores y menores compartan sus claves de acceso, y

no les de a conocer la suya. Si ellos usan su clave de acceso, no estarán protegidos a través de los controles para padres que usted ha establecido.

**Mayor protección.** Hay varios productos excelentes que pueden proteger aun más que los controles para padres de su computadora y asegurarán que las experiencias de sus niños en línea sean más seguras. Para aquellos que aun están preocupados, hay programas tales como “Web Watcher” que puede controlar todo lo que ocurra en la computadora familiar, incluyendo quien la usó, por cuanto tiempo, cuando y cuales sitios visitaron.



**Revise la historia.** De vez en cuando, conéctese usando la clave de acceso de su niño después de que éste haya terminado su sesión en Internet, ya sea para las tareas escolares, para visitar “MySpace” o para jugar juegos en línea. Al conectarse bajo su identidad, usted puede revisar cuales sitios ellos han visitado y esto lo puede hacer por medio de hacer clic en el cursor ubicado a la derecha del cuadro en el cual se encuentra la dirección de Internet.

Cuando usted haga clic en aquel cursor, usted podrá ver todos los sitios visitados en una lista. Revise si hay sitios que su niño no debe visitar.

**Trucos engañosos.** Desgraciadamente los niños mayores son los que más quisieran visitar sitios prohibidos, y también son capaces de borrar la historia de los sitios que han visitado. Por suerte, usted puede usar esta historia borrada como clave. Asegúrese de que sus niños sepan que serán disciplinados si usted ve que han borrado la historia (esto se hace por medio de bajar el menú “tools”, hacer clic en “Internet options” o “options,” y elegir “delete”).

Recuerde, los expertos, incluyendo la Academia Norteamericana de Pediatras, recomienda que los niños usen la computadora por no más de dos horas al día, especialmente cuando usen Internet. Como padre, es su deber asegurarse de que sus niños utilicen ese tiempo de una manera prudente y segura.